

Espíritu de Dragón

Gabriella Iturralde Patiño

Una nutricionista apasionada por la salud

Quería ser médico, pero su padre Carlos Iturralde la convenció de estudiar nutrición. Y acertó. En junio del 2002 se graduó como licenciada en nutrición humana en la Universidad San Francisco de Quito (USFQ). Una carrera que la apasionó desde el principio.

Inmediatamente, realizó sus prácticas en el hospital pediátrico Roberto Gilbert Elizalde. En noviembre del 2002 abrió su consultorio en una Clínica Dental, a la vez trabajaba durante las mañanas en el centro de Nutrición Roche, donde fue la encargada de la evaluación y soporte nutricional de los pacientes, además dirigió la capacitación de las nuevas nutricionistas. Esto la ayudaba a mantener el consultorio mientras se daba a conocer.

Recuerda que empezar a ejercer y abrir su primer consultorio no fue fácil. Hace 17 años no existían las redes sociales para promocionarse y tuvo que tocar las puertas de los doctores, a quienes tenía que convencer de la importancia de la nutrición.

Gabriella recuerda que en sus inicios la nutrición era exclusiva para personas con problemas de peso, diabetes e hipertensión. Hoy en día casi todas las personas de distintas edades y condiciones acuden al nutricionista. "Los primeros tres años fueron muy duros, pero luego cuando los pacientes comienzan a ver los cambios y logran cumplir sus objetivos, se genera una publicidad de boca en boca, que es lo que me ha ayudado hasta el día de hoy".

Ese sentimiento le transmitió uno de sus pacientes cuando logró bajar 100 libras en un año, a quienes aconseja primero asesorarse de un experto en nutrición antes de iniciar cualquier cambio en la alimentación, así como incluir la fibra y nutrientes de los vegetales en su menú y evitar dietas extremas que no son sostenibles a largo plazo.

Su pasión por la nutrición la comparte con su madre Mercedes Patiño, con quien colabora en @deolivanutricion, una empresa de comida saludable a domicilio. A través de ella ayuda a crear

planes de alimentación personalizados para sus pacientes. Por ejemplo, si alguien es intolerante al gluten o a la lactosa se elabora un menú en base a sus necesidades, además de sus gustos.

Gabriella también ha sido asesora de nutrición en Nirsá, Agrisana, Biofórmula, Comiexpress, Curves, Sportstechnology, De Prati, Paradisi, Bic, entre otros.

Pertenece a la Asociación Americana de Dietistas y ha asistido a conferencias de Food & Nutrition Conference and Expo (FNCE). Ha realizado talleres de health coach y lactancia. Estudió una tecnología en Cocina en la Escuela de los Chefs y durante cinco años dio clases de nutrición en la misma institución.

Además participó en varios programas de televisión como Una forma de Vivir y En Contacto, dando consejos nutritivos y realizó el primer Seminario Interactivo, Tú Puedes, con Gabriela Díaz y Carlos Luis Andrade. Luego, en el 2016, fue invitada a escribir artículos y realizar cápsulas educativas de alimentación saludable en Piccolo Universe, una revista online del cantante Ricky Martin.

Actualmente ha formado un equipo, GI Nutrición, junto a dos nutricionistas. Juntas atienden a pacientes con distintas condiciones, desde enfermedades crónicas como hipertensión, diabetes, sobrepeso y obesidad, intolerancia a alimentos y también a deportistas. En un futuro quiere convertirse en un centro especializado de nutrición.

Casada desde el 2005 con Martín Vilches con quien tiene tres hijos: Ivanna (11 años), Juan Martín (7) y Santiago Vilches Iturralde (3).

De Oliva: 6007686
Instagram: @deolivanutricion

GI Nutrición: 2682623
Dirección: Clínica Milenium entre Nahim Isaías y Luis Orrantía, cda. Kennedy Norte.
Instagram: @ginutricion

Descubre más en IG: @usfq
www.usfq.edu.ec

